



### **УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ (законные представители)!!!**

В рамках профилактической работы по предупреждению несчастных случаев с детьми на водных объектах и в преддверии летних каникул с 11.05 -14.05. 21 г в МБДОУ ЗАТО г. Североморск д/с № 7, были проведены следующие мероприятия:

1. Беседы на темы: "Безопасность на воде", "Опасная река", "Правила поведения на воде"
2. Творческие занятия: "Отдыхаем на море", "Спасательный круг", "Правила поведения на воде" - раскраски.
3. Консультации для родителей: «Ваш ребенок на воде», «Безопасность на воде во время летнего отдыха».









|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Водоёмы являются опасными в любое время года. Летом они опасны при купании и пользовании плавсредствами. Опасность чаще всего представляют сильное течение (в том числе подводное), глубокие омуты и подводные холодные ключи.</p> <p>Летом на водоёмах следует соблюдать определённые правила безопасного поведения.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Во-первых, следует избегать купания в незнакомых местах, специально не оборудованных для этой цели.</li><li>- Во-вторых, при купании запрещается:<ul style="list-style-type: none"><li>• заплывать за границы зоны купания;</li><li>• подплывать к движущимся судам, лодкам, катерам, катамаранам, гидроциклам;</li><li>• нырять и долго находиться под водой;</li><li>• прыгать в воду в незнакомых местах, с причалов и др. сооружений, не приспособленных для этих целей;</li><li>• долго находиться в холодной воде;</li><li>• купаться на голодный желудок;</li><li>• проводить в воде игры, связанные с нырянием и захватом друг друга;</li><li>• плавать на досках, лежаках, бревнах, надувных матрацах и камерах (за пределы нормы заплыва);</li><li>• подавать крики ложной тревоги;</li><li>• приводить с собой собак и др. животных.</li></ul></li></ul>  | <p>Необходимо уметь не только плавать, но и отдыхать на воде!</p> <p>Наиболее известные способы отдыха:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Лечь на воду спиной, расправив руки и ноги, расслабиться и помогая себе удержаться в таком положении, сделать вдох, а затем после паузы-медленный выдох.</li><li>• Если во время купания свело ногу, надо позвать на помощь, затем погрузиться с головой в воду, сильно потянуть ногу на себя за большой палец, а затем распрямить ее.</li><li>• Если не имеешь навыка в плавании, не следует заплывать за границы зоны купания, это опасно для жизни.</li></ul> <p>Если Вы тонете:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Не паникуйте.</li><li>• Снимите с себя лишнюю одежду, обувь, кричи, зови на помощь.</li><li>• Перевернитесь на спину, широко раскиньте руки, расслабьтесь, сделайте несколько глубоких вдохов.</li></ul> <p>Прежде, чем пойти купаться, не забудьте взять с собой английскую булавку. Она поможет вам, если в воде начнутся судороги. Если же у вас свело ногу, а булавки при себе нет, ущипните несколько раз икроножную мышцу. Если это не помогает, крепко возьмитесь за большой палец ноги и резко выпрямите его. Плыните к берегу.</p> <p><b>ПОМНИТЕ!</b><br/>Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду!</p>  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|